

据全国肿瘤登记中心发布的《2012中国肿瘤登记年报》显示,我国每年新发肿瘤病例约为312万例,平均每天8550人,每分钟有6人被诊断为癌症。

罹患肿瘤后,病人家属就开始四处打听吃什么能抗癌。这个过程中,很多人会听信民间传说,把灵芝、金钱龟、冬虫夏草、燕窝等当做是“抗癌神药”,不惜花大价钱买给患者吃。甚至国家保护动物穿山甲,也因被传“有抗癌作用”而滥捕滥杀。

上述的这些药物,在中医药籍《中药大辞典》中均有记载,它们在辅助治疗某些疾病上确有一定的疗效,但并非每一位肿瘤患者都适合服用补品。那么,对肿瘤病人来说,哪些补药适合食用?哪些又是碰不得的?肿瘤专家们认为,中药材的运用,应是在辨证的基础上结合辨病,进行选择使用,同样一种药材,并非对所有病人都适合。至于坊间被吹得神乎其神的“抗癌神药”,多是夸张的炒作!

民间很早就流传着这么一种说法:“病了就是虚了,虚了就要补,补得越多就越好。”这种看法对于肿瘤患者和家属来说,更是深信不疑。他们认为,手术、化疗、放疗,会使患者的身体变得虚弱,所以在治疗初始,家属就开始四处打听,甚至不惜花大价钱购买各种“神药”。

肿瘤中医科专家徐伯平被患者追问最多的问题就是:吃什么“补药”能抗癌?穿山甲、灵芝、金钱龟、冬虫夏草、人参、燕窝等更是常常被病人提起。即便这些东西价格昂贵,但出于对治好疾病的渴望,因而特别迷信这些民间“偏方”和“神药”,只要听说有效,便不惜代价弄来一试。

在中药典籍里的确有记载,冬虫夏草、灵芝、金钱龟等对肿瘤治疗有一定的帮助,但是在什么情况下吃合适?吃多少合适?吃多久合适?大多数肿瘤患者还是“蒙查查”。肿瘤科专家林丽珠说,以冬虫夏草为例,其性平,补肺益肾,止咳化痰,具有滋补、免疫调节、抗菌、镇静催眠等功效。所以,对于提高肿瘤病人的免疫力是有帮助的,但起码每天要吃10克左右,坚持吃两三个月。而如今最便宜的冬虫夏草约100元一克,一斤要5万元,吃一两斤也不见得会好到哪去,所以,这个性价比就显得不高了。

另外,像金钱龟,虽有滋阴、清热解毒的作用,但顿顿吃龟肉对于肿瘤病人来说,也未必是好事,一来消化吸收不了,二来很有可能营养了肿瘤,导致肿瘤复发。在临床上,不少患者因为过于依赖进补,而忽略了正规的治疗,以至于病情恶化。

因此专家们强调,千万别把希望寄托在这些所谓的抗癌“神药”上,肿瘤病人最佳的治疗方式是中西医结合治疗,在这个过程中,应积极进行食疗,以帮助改善不适症状,加速康复,但对于某些被炒热的“神药”,顶多也就当保健品,绝不能本末倒置。

## 揭秘

“抗癌神药”真有这么神吗?

人参  
——是补益良品,但用错如“火上浇油”

人参被人们称为“百草之王”,是老幼皆知的补益药材。在很早的医书《神农本草经》中就有记载:人参性平、味甘、微苦,微温。其能大补元气,复脉固脱,补脾益肺,生津止渴,安神益智。

人参的种类,按属性来分,可分为温性和凉性两大类,温性者如红参、高丽参、新开河参,凉性者如西洋参(亦称“花旗参”)。红参温性,适合于体质偏寒者服用,而西洋参性凉,适合于体质偏热者服用。

对于年岁较高、体质较弱的肿瘤患者,可用小剂量人参类作为补益。由于红参性温,有“因热”而出血的病人则应慎用或不用。林丽珠称,在放疗期间,病人出现口干舌燥的时候,应用西洋参,滋阴生津,若此时服用高丽参则会“火上浇油”。所以,肿瘤病人服用参类,应根据参的性质及个人的体质,辩证地选用。

穿山甲

——穿山甲肉并无治疗肿瘤的作用

穿山甲已被列为国家二级重点保护野生动物,因而目前在临幊上,穿山甲的来源越来越少(虽然目前药房里还有穿山甲这味中药,也是以前留存下来的),为了保护这种野生动物,已有试用其他药材作为代替,如猪蹄甲、龙骨、生牡蛎、龟板、猫爪草、连翘等。

穿山甲的鳞甲才是它的药用部分,根据中医药典籍的记载,穿山甲的鳞甲第一个功用是通经下乳;第二个功用是祛瘀散结,按照中医的辨证,属于瘀血、痰结类的疾病如胁肋疼痛、半身不遂以及各种淋巴结肿大、肿瘤包块,可使用穿山甲进行治疗。

徐伯平指出,穿山甲的鳞甲一般都需要炮制以后再使用,而穿山甲的肉并无治疗肿瘤的作用。不少肿瘤患者到处打听哪里能弄到穿山甲,有的甚至不惜花上万元买一只来,将其肉煲汤来饮用,以期治愈肿瘤,这实在是做无用之功。

灵芝

——天天吃龟,可能补了肿瘤

金钱龟在民间是个稀罕物,目前价格高扬,便宜的几万元一斤,贵的要十几万一斤。为什么那么

贵?因为有人用它来镇宅,有人也用它来治肿瘤。

在广东、东南亚、港澳台地区食用金钱龟的现象较为普遍,不少人期望食用金钱龟以增强人体免疫力、治疗肿瘤。中医认为,龟甲味咸、性凉,含有骨胶原、蛋白质、脂肪及钙、磷等多种人体必需微量元素,具有滋阴降火、潜阳退骨蒸、补肾健骨等功效,龟甲对肿瘤有一定的治疗作用。而龟肉的作用则是对体质属阴虚的患者,起到滋阴(相当于补充营养)的作用,对肿瘤病灶,几乎无治疗效果。

由于金钱龟的滋阴补虚的功能较强,很多人错误地把它当作滋补神药,花费重金也在所不惜,徐主任曾经遇到一名晚期肺癌的女患者,家境富裕,其家人听说吃金钱龟能抗癌,于是每两天炖一只给她吃,连续吃了超过3个月。但这患者的病情并没有因为吃金钱龟而好转,肿瘤依然继续发展,终因病情恶化病逝。

肿瘤患者谨记:金钱龟虽有滋阴、清热解毒的作用,但顿顿吃龟肉未必有益,一来消化吸收不了,二来也很有可能营养了肿瘤,可能导致肿瘤复发。

金钱龟的滋补能力强,但因有“滋腻”效应,所以在放疗期间可以服用,但不宜多吃,亦可以用新鲜海参、石斛、百合等煲汤饮用,其滋阴润燥的功效也相当不错。

灵芝

——“力克癌魔?”功效远被夸大了

目前,药店里卖得最火的“抗癌药”要数灵芝。肿瘤患者对灵芝以及其产品都抱有一种幻想,以为吃了这些药品或保健品,疾病就能神奇康复。

灵芝之所以被神化,这来自于传统文化,因为灵芝在传说中就是“仙草”,能包治百病,甚至起死回生。肿瘤患者对康复的渴求越急迫,就会越相信灵芝的功效。据了解,用作抗癌的灵芝主要是赤芝和紫芝,其药性为甘平,主治虚劳、咳嗽、气喘、失眠、消化不良、恶性肿瘤等。林丽珠认为,灵芝能调整人的睡眠和肠胃,也就是说病人如果能吃得好,睡得好,自然免疫力也就得到提高。从这点说是有一定的辅助作用。

当然,灵芝孢子粉和灵芝孢子油也是目前被商家吹捧的“抗癌产品”,价格高扬,一个月疗程的花费都在2000~3000元。专家认为,这些产品顶多只是保健品,虽然能提高身体的免疫力,但其宣传

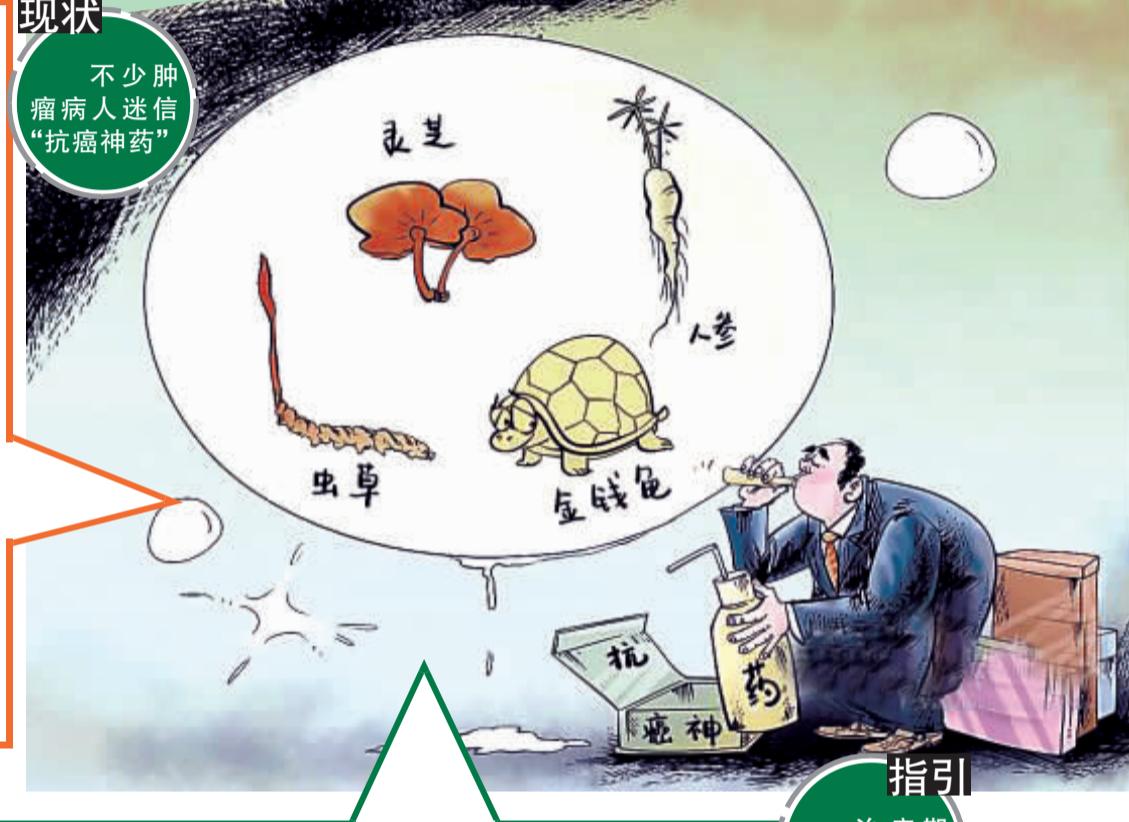
灵芝、金钱龟、冬虫夏草等——

# 它们真是

# “抗癌神药”?

现状

不少肿瘤病人迷信“抗癌神药”



指引

治疗期间怎么吃?

(1) 手术后患者的饮食选择

术后的患者多出现气滞血瘀的症状。有的患者由于手术对机体的损伤,中医辨证属气血受损,徐伯平认为,手术后的患者多宜选择平性或温性的食物。手术易损伤气血,因此术前应尽可能增加营养,增强体质,为手术治疗创造条件。

术后多数患者以气血受损为主,因此,术后的患者宜选择补益性较强的食物,如鱼、牛奶、瘦肉、蛋类、禽类等;同时可辅以人参、黄芪、枸杞子、银耳、红枣、桂圆等补益气血的药物,以加速机体的恢复。

(2) 化疗患者的饮食选择

化疗患者多出现不同程度的脾肾受损,气血两伤的症状。

化疗后的病人脾胃功能受到损伤,消化吸收功能下降,处于“虚不受补”的状态,此时不宜大量食用滋腻性补品,如甲鱼、乌龟、花胶等比较滋腻的食物,以免造成病者的消化吸收功能受到影响,饮食营养更加难以吸收。这个阶段应以易消化、易吸收食物为主,少量多餐。可选用家禽、鲜鱼、瘦猪肉、蛋类、奶类等,食欲欠佳时,宜选用半流质食物如粥类或面食类食物。

(3) 放疗患者的饮食选择

放疗中,由于放射线的作用,患者常出现局部热盛伤阴的症状,如口干舌燥、皮肤黏膜灼热疼痛、咳嗽胸痛、舌红少苔等,属于中医辨证中的“热盛伤阴”。因此,放疗患者的饮食应避免选用辛热、香燥伤阴的药物和食品,应选用有滋阴、清凉功效的食物和中药,如乌龟、甲鱼、百合、银耳、海参、玉竹、石斛等,水果如杏、梨、李子、葡萄、杨梅、橙子、橘子、柚子等。

(张华)